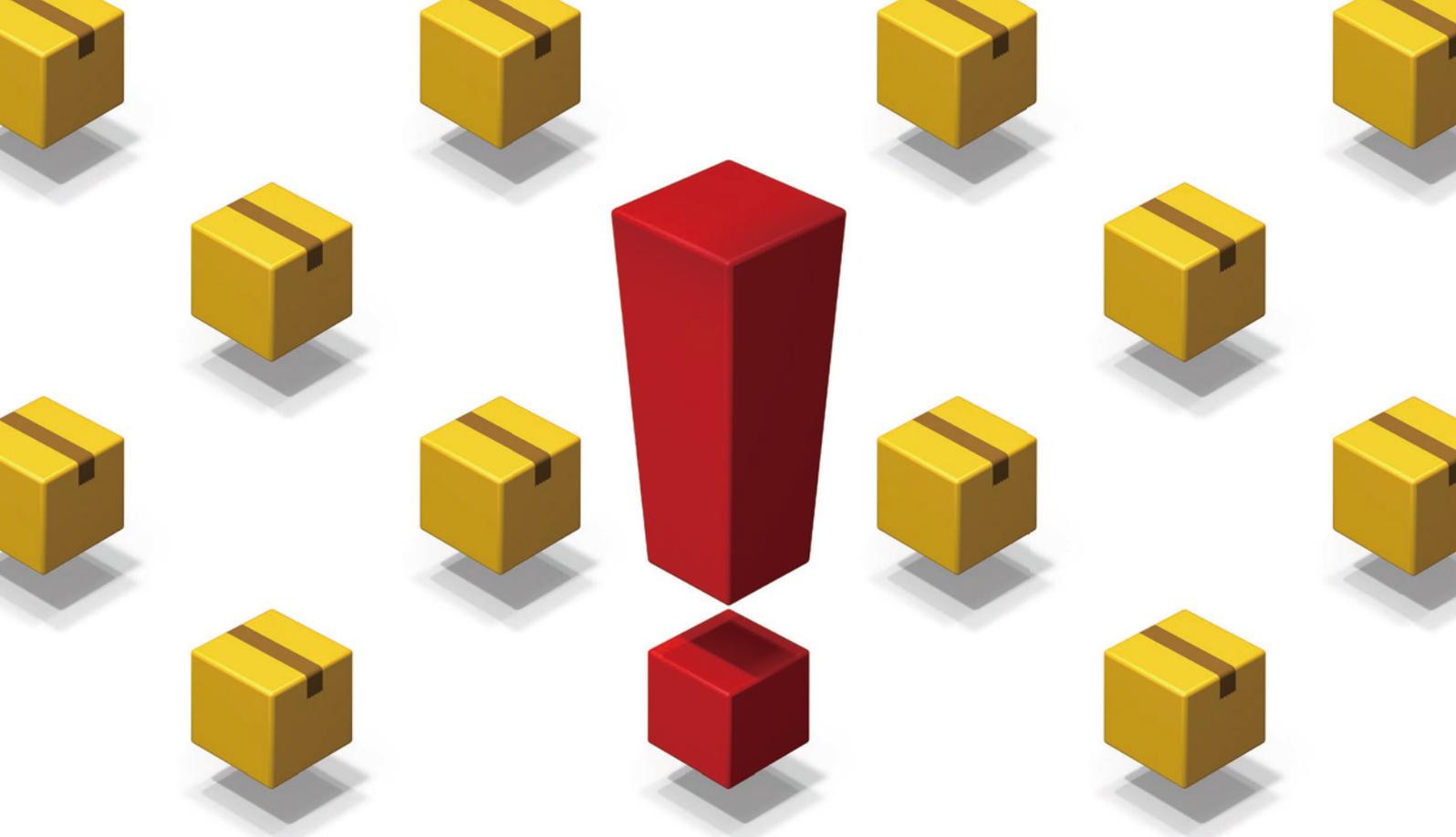
ハンドボール

1
JAN.2018
No.575

●高松宮記念杯男子第60回・女子第53回平成29年度全日本学生ハンドボール選手権大会

●第15回記念日本車椅子ハンドボール競技大会

●2017第2回NTA育成合宿訪問

公益財団法人　日本ハンドボール協会

世界が驚く、物流をつくろう。

東京2020大会を、物流から支えていきます。

東京2020オフィシャル荷物輸送サービスパートナー

詳しくはこちら http://www.yamato-hd.co.jp/tokyo2020/ 世界が驚く、物流をつくろう。 検索

プレミアム・リゾートという選択

一戸建て住宅型有料老人ホーム

メディケアサポートHABA
2017年12月伊豆高原にオープン
12/1(金)より予約申し込み開始！
☎ 0557-51-7887 (担当 土屋・はば)

私たち株式会社ユリカコーポレーションは、お客様方へ不動産を用いたライフプランをご提案しております。自社ブランドである『YURIKA ROSE』(ユリカ ロゼ)シリーズや、社有物件も展開！
待望の2020年『東京オリンピック』まで、いよいよカウントダウンが始まりました。
弊社も選手達と共に邁進していきますので、どうぞよろしくお願い致します。

私達、株式会社ユリカコーポレーションは
女子ハンドボールを応援しています!!

株式会社ユリカコーポレーション
〒101-0041 東京都千代田区神田須田町2-6-2 神田セントラルプラザ1202
TEL：03-3525-8986 / FAX：03-5295-8188　http://yurika-co.jp/

ハンドボール 1月号 No.575

【表紙の写真】平成 29 年度全日本学生ハンドボール選手権大会・男子優勝の国士舘大学（写真提供：スポーツイベント社）

CONTENTS

がんばれハンドボール 20 万人会「サポート会員」11 月入会・継続会員

【群馬】河内弘美【埼玉】長田健吾【東京】佐藤俊男、佐藤映子【神奈川】福井俊彦、島田信弘、田原やよい【山梨】原　直人【富山】林　裕子【愛知】新井こずえ、加藤恵美子、稲本　等、佐伯まゆみ、下間文恵、西　みどり【三重】根津綾香【滋賀】谷口俊夫【大阪】金谷泰臣、西野　誠【熊本】藤田八郎

次号 2 月号（No. 576）は 2 月 1 日発行予定です。

訃　報

広島県協会副理事長（兼広報部長）早川文司様には、昨年 12 月逝去されました（79 歳）。謹んでお知らせいたします。早川様には、機関誌「ハンドボール」のコラム「フリースロー」を平成 6 年 5 月号（341 号）から平成 29 年 11 月号（573 号）の永きに亘り執筆を戴きました。ご本人の申し出により執筆を辞退されて間もなくの訃報に、これまでの暖かい執筆に改めまして感謝申し上げると共に、ご冥福をお祈りいたします。　機関誌専門委員長　近久紀人

あなたの元気を未来につなぐ Wakunaga
元気、やる気、笑顔、湧く。
≪販売名≫ キヨーレオピンw
滋養強壮 虚弱体質
第3類医薬品
≪販売名≫ レオピンファイブw
http://www.wakunaga.co.jp/
お取扱店のお問い合わせ 0120-39-0971（通話料無料）
受付時間 9:00～12:00・13:00～17:00（土日祝日を除く）

年頭にあたり

公益財団法人日本ハンドボール協会
会 長　　湧 永　寛 仁

常日頃より当協会の事業運営に対して深いご理解とご支援を賜り、厚く御礼申し上げます。また、全国のハンドボール愛好者の皆様におかれましては、健やかに新春をお迎えのこととお慶び申し上げます。

昨年 10 月に日本ハンドボール協会は、新体制がスタートしました。新体制の発足が遅れたことにより、皆様に多大なご心配とご迷惑をお掛けいたしましたことを改めてお詫び申し上げます。新体制の下、役員一丸となって、協会の信頼回復、強化事業の推進に努めて参る所存です。

2019 熊本まで約 2 年、2020 東京オリンピックまであと 2 年半と迫って参りました。女子日本代表は、先月のドイツ世界選手権でヨーロッパチームに勝利するなど大健闘し、着実な進化を遂げています。男子日本代表は、今月 18 日から韓国で開催されるアジア選手権において、メダル並びに世界選手権出場権獲得を目標として、ヨーロッパ遠征を含めた強化活動に邁進しています。アジア選手権に先立ち、1 月 13 日には東京・立川市でバーレーン代表と壮行試合を行います。さらに、6 月にはヨーロッパ代表チームを招聘し、JAPAN CUP の開催を計画しております。

次世代に目を向けますと、昨年 6 月には男子 U-22 が東アジア選手権で優勝、8 月には男子 U-19 が世界選手権で過去最高の８位入賞という素晴らしい成績を収めました。次世代も着実に実績を残しています。国際大会でさらなる経験を積み、将来の日本代表チームの柱となってくれるものと大いに期待しています。

毎年年初には、味の素ナショナルトレーニングセンターで NTS センタートレーニングを行っております。今年からはターゲットエイジの拡大をはかり、U-13 も対象として開催いたしました。全国から選ばれた子供たちが将来の日本代表を目指してトレーニングに励んでいます。世界の舞台での活躍を夢見る子供たちに希望を与え、実現させることが我々の使命と考え、2020 東京オリンピックの先につながる育成、強化活動も進めて参ります。

2019 年熊本女子世界選手権、2020 年東京オリンピックでの日本代表選手の活躍と、両大会でのメダル獲得という目標に向けて、さらなる覚悟をもって全力で取り組んで参ります。

全国のハンドボール愛好者の皆様、本年も引き続きのご支援、ご声援を賜りますようよろしくお願い申し上げます。

大会情報

第18回男子アジア選手権大会

（兼 第26回男子世界選手権―2019デンマーク/ドイツ大会予選―）

[グループA]③日本〈22〉、⑤イラン〈50〉、イラク

[グループB]②バーレーン〈48〉、⑧オマーン、オーストラリア〈36〉、ウズベキスタン

[グループC]⑥韓国〈19〉、⑦ＵＡＥ、インド、バングラディッシュ

[グループD]①カタール〈26〉、④サウジアラビア〈34〉、⑨中国〈41〉、ニュージーランド

丸囲み数字は前回（2016年1月）男子アジア選手権大会順位
〈 〉内は世界ランキング（2017.12 現在）
※ただし、これは直近の実力を示すものではなく、過去からの継続でポイントによるランキングです。

男子日本代表試合スケジュール

[グループA]

	Seo-Suwon Chilbo Gymnasium		
1月18日（木）	#5	13:00	イラク vs 日本
1月19日（金）	#14	17:00	イラン vs イラク
	Suwon Indoor Gymnasium		
1月20日（土）	#17	17:00	日本 vs イラン
1月21日（日）	休息日		

【メインラウンド】

[グループ1] A1位、B2位、C1位、D2位

[グループ2] A2位、B1位、C2位、D1位

[グループ3] A3位、B3位、C3位、D3位

[グループ4] B4位、C4位、D4位

	Suwon Indoor Gymnasium				Seo-Suwon Chilbo Gymnasium			
1月22日（月）	#22	G4	13:00	D4位 vs B4位				
	#23	G3	15:00	B3位 vs C3位	#26	G3	15:00	A3位 vs D3位
	#24	G1	17:00	A1位 vs D2位	#27	G2	17:00	D1位 vs A2位
	#25	G1	19:00	B2位 vs C1位	#28	G2	19:00	C2位 vs B1位
1月23日（火）	#29	G3	13:00	A3位 vs C3位	#33	G4	13:00	D4位 vs C4位
	#30	G2	15:00	A2位 vs C2位	#34	G3	15:00	B3位 vs D3位
	#31	G2	17:00	B1位 vs D1位	#35	G1	17:00	B2位 vs D2位
	#32	G1	19:00	A1位 vs C1位				
1月24日（水）	#36	G3	13:00	D3位 vs C3位	#40	G4	13:00	C4位 vs B4位
	#37	G3	15:00	A3位 vs B3位	#41	G2	15:00	A2位 vs B1位
	#38	G1	17:00	A1位 vs B2位	#42	G2	17:00	D1位 vs C2位
	#39	G1	19:00	D2位 vs C1位				
1月25日（木）	休息日							

	Suwon Indoor Gymnasium			
1月26日（金）	#43		G1-4位 vs G2-4位	7-8位決定戦
	#44		G1-3位 vs G2-3位	5-6位決定戦
	#45		G1-1位 vs G2-2位	準決勝
	#46		G2-1位 vs G1-2位	準決勝
1月27日（土）	休息日			
1月28日（日）	#47		#45敗者 vs #46敗者	三位決定戦
	#48		#45勝者 vs #46勝者	決勝戦

第18回男子アジア選手権に出場する全日本男子チームへ寄せられた応援メッセージ

頑張れ、ダグルジャパン！このアジア選手権から2020東京に続く夢を見させてください！アジアの頂点に向かって、躍進を期待しています！

加藤 豊

男子日本代表の皆さん、いつも、素晴らしいプレーをありがとうございます。
皆さんのプレーをお手本に練習をしています。
日韓定期戦、見ました。あのときのような奮闘を期待しています！
頑張ってください！！

石橋友菜
折谷穂音子

男子代表の皆さん、
今年7月29日の日韓戦は、どちらが勝ってもおかしくない試合で、惜しくも同点でしたが、ドキドキした感動をありがとうございました。
アジア選手権でも優勝を目指してガンバJAPAN !!

松尾進之介

高松宮記念杯 男子第60回・女子第53回 平成29年度 全日本学生ハンドボール選手権大会

日時：平成29年11月３日(金)～７日(火)
会場：いしかわ総合スポーツセンター
主催：(公財)日本ハンドボール協会・全日本学生ハンドボール連盟
主管：北信越学生ハンドボール連盟・石川県ハンドボール協会
後援：石川県・金沢市教育委員会・(公財)石川県体育協会・金沢市体育協会・毎日新聞社・北國新聞社・北陸放送・石川テレビ・えふえむ・エヌ・ワン・(株)ジェイネット TV

最終順位

男子
優　勝：国士舘大学
準優勝：筑波大学
３　位：大同大学
　　　　日本大学

女子
優　勝：大阪体育大学
準優勝：大阪教育大学
３　位：東京女子体育大学
　　　　筑波大学

２点共　写真提供：スポーツイベント社

個人表彰

男子

【優秀選手賞】
安倍竜之介（国士舘２CP）
玉川　裕康（国士舘３CP）
斎藤　大生（国士舘４CP）
牧野イサム（筑波大９CP）
徳田新之介（筑波大 19CP）
田中　大介（日本大 10CP）
原田　竜汰（大同大 13CP）

【特別賞】
河本　諾耶（国士舘１GK）
坂井　　幹（筑波大 16GK）

【優秀監督賞】
藤村　孝司（国士舘）

女子

【優秀選手賞】
馬場　敦子（大体大１GK）
近藤　万春（大体大３CP）
北原　佑美（大体大４CP）
谷　　華花（大体大５CP）
村松　沙耶（大教大７CP）
宇野　史織（大教大８CP）
青　　麗子（筑波大 11CP）

【特別賞】
中山　佳穂（大体大 13CP）
團　玲伊奈（東女体７CP）

【優秀監督賞】
楠本　繁生（大体大）

毎日、行きたくなる。わざわざ行きたくなる。
LECT
レクト 検索 または lect.izumi.jp
［ＬＥＣＴ］　広島市西区扇二丁目１番４５号
株式会社 イズミ　http://www.izumi.co.jp
本社/〒732-8555 広島市東区二葉の里三丁目3番1号　TEL(082)264-3211(代)

国士舘大学

国士舘大学コーチ　豊田 賢治

第 60 回全日本学生選手権大会を終えて

平成 29 年 11 月 3 日から石川県金沢市で開催された第 60 回高松宮記念杯全日本学生選手権大会に於いて、2 年連続 4 度目の優勝を飾ることが出来た。前回大会も優勝していたため「連覇」という意識やプレッシャーはあったが、4 年生が中心となり、一喜一憂することなく目の前の試合を選手全員で戦うことが出来た結果であった。しかしながら、1 年を通して全てにおいて充実していた訳ではなかった。新チームで迎えた春季リーグでは、5 位という不甲斐ない結果でのスタートであった。前回大会の全日本学生選手権を終えた冬場から春先にかけて、常に勝ちに拘り、妥協することなくトレーニング及びトレーニングマッチを行ってきたが、結果が伴わず悔しい思いのみが残った。春季リーグの結果を糧に改めてチームを見つめ直し、夏場を中心にチームを立て直す事に努めた。迎えた秋季リーグでは選手一丸となり、どんな試合展開になっても最後までベストを尽くすことを目標として戦うことで、日々雰囲気も良くなり全勝優勝することが出来た。全日本学生選手権で結果を出せた背景には、春季リーグ後の立て直し、そして何より秋季リーグの全勝優勝が大きな自信となった。

また、今大会に臨んだ選手の中には、2020 年開催予定の東京オリンピックのターゲットエージとなる選手たちが数多くいたが、そんな選手たちのベストを尽くした献身的な姿には大きな期待そして希望に満ち溢れた大会であったと感じた。

今大会を優勝で終わらせたことで、12 月に大阪で開催予定の日本選手権への出場が決定している。この大会では、敗戦したチームの思いも背負い挑みたいと考えている。また、実業団チームとの対戦も想定されるので、修正すべき点は修正し、明確性を持ってより良いチーム状態で挑みたいと考えている。

最後に国士舘大学創立 100 周年の節目の年に朗報を届けることができ、大変嬉しく思っております。また、今大会を開催するにあたり、諸準備及び運営等にご尽力頂きました地元石川県ハンドボール協会並びに日本ハンドボール協会、全日本学生ハンドボール連盟、北信越学生ハンドボール連盟等、多くの関係者の皆様方へ心より感謝申し上げます。有難うございました。

写真提供：スポーツイベント社

●イベント
・表彰
・記念式典
・各種セミナー
・各種パーティー
・国際会議

●業務渡航
・海外航空券手配
・海外ホテル手配
・査証手続き
・トラベルサポート

●教育・研修旅行
・修学旅行
・語学研修
・ホームステイ
・各種体験学習
・ゼミ・各種合宿

●団体旅行
・社員旅行
・インセンティブ旅行
・視察旅行・研修旅行・海外スポーツ遠征
・国内スポーツ合宿
・貸切バス・周年旅行

●訪日外国人旅行
・公官庁主催招聘プログラム手配
・訪日されるお客様に合わせたプラン

株式会社 エモック・エンタープライズ
観光庁長官登録旅行業第1144号（一社）日本旅行業協会（JATA）正会員
●東京本社
〒105-0003　東京都港区西新橋 1-19-3　第2双葉ビル2F3F　TEL 03-3507-9777　FAX 03-3507-9771
●大阪支店
〒541-0047　大阪市中央区淡路町 4-3-8　タイリンビル7Ｆ　TEL 06-6203-7999　FAX 06-6203-7991
http://amok.co.jp/

大阪体育大学

大阪体育大学女子ハンドボール部　馬場 敦子

日本一までを振り返って

まず初めに、高松宮記念男子第60回・女子第53回全日本学生選手権大会におきまして、多大なるご支援、ご協力を戴きました石川県ハンドボール協会の皆様を始め、大会の開催にご尽力頂きました関係者の方々に心より感謝申し上げます。

例年はある程度固定されたメンバーを中心に戦ってきましたが、今年は１人が２つのポジションをできるようにし、誰が試合に出場しても遜色なくプレーできるようチームを作ってきました。チーム内での競争意識は高まり、ポジション争いが激化しました。メンバー16人を入れ替えながら戦ってきましたが、絶対的エースがいないため安定した試合運びができず、春季リーグ・西日本インカレ・秋季リーグで優勝はしたものの、決して満足のできる内容ではありませんでした。特に秋季リーグでの大阪教育大学との試合では、60分間を通して自分たちのハンドボールができず、このままでインカレ優勝という目標が達成できるのだろうかと不安ばかりが募っていました。

メンバーが怪我なくベストな状態で迎えることができた石川インカレ。初戦から準々決勝までの３戦は、インカレ独特の緊張感もあり受け身になってしまい、相手の勢いに飲まれてしまいました。特に２回戦、３回戦では、得点を離したいところで離すことができず、苦しい時間帯が多くなり、自分たちのハンドボールができませんでした。相手がどうこうではなく自分たちが何をすべきなのか、どのような姿勢で試合に臨むべきなのかを考え、東京女子体育大学との準決勝を迎えました。準決勝では課題も多く残りましたが、「守って走る」という体大らしい試合展開ができ、決勝へと駒を進めました。決勝戦は大阪教育大学との関西同士の戦いとなりました。手の内を知り尽くしている相手のため、一進一退の攻防が続きました。DFから速攻で一時７点差としましたが、粘ることができず連続得点を許してしまい、前半を13対９で折り返しました。全員で気持ちを切り替え臨んだ後半、ミスからの失点もありましたが、途中交代の選手が点を決めるなど着実に点を重ねていき、インカレ５連覇を達成することができました。このような結果を残せたのも、いつも私たちに向き合い、厳しく指導していただいた楠本先生をはじめ、これまでに伝統を積み重ねてきてくださった先輩方、大学関係者の方々のおかげです。心から感謝申し上げます。今後も慢心することなく、日々精進していきたいと思います。ありがとうございました。

写真提供：スポーツイベント社

『呼吸する建築』

『ナビ ウインドウ 21』NAV WINDOW 21

Swindow●スウィンドウ　Wincon●ウィンコン　Cavcon●キャブコン

三協アルミ社　営業開発部
〒164-8503 東京都中野区中央1-38-1 住友中野坂上ビル18F　TEL(03)5348-0360 http://www.nav-window21.net/

戦　評

男子

準決勝

国士舘大学　30(13−9, 17−15)24　大同大学

先制は国士舘田里のドリブルからのカットインで始まると、着実に国士舘が加点する。5 対 1 と国士舘がリードしたところで大同大がタイムアウトを取る。その後、大同大は三重を中心に加点するが、前半は国士舘が 13 対 9 でリードし終了。

後半、国士舘は攻撃の手を緩めることなく、クロスプレーやポストプレーで大同大の高いディフェンスを崩してゆく。対する大同大は持ち前の機動力を活かして加点するが、最終的に 30 対 24 で終了する。国士舘の選手の個人技と高さが際立ったゲームであった。

準決勝

筑波大学　26(12−10, 14−10)20　日本大学

スタート直後、筑波大伊藤、堀の連続ゴール後、両チーム共にスピードのあるプレーで一進一退の攻防となり、12 対 10 で筑波大リードで前半を終了した。

後半も互いに得点を重ねていったが、後半 11 分筑波大牧野、堀の 3 連続得点や GK 坂井の好キーピングにより、徐々に点差を広げていった。結果 26 対 20 で筑波大の決勝進出となった。

決勝

国士舘大学　29(12−11, 17−12)23　筑波大学

安倍、玉川を中心とした高さの国士舘に対し、牧野、徳田（新）のスピード、GK 坂井を中心とした堅いディフェンスの筑波大の試合。前半の中盤まではスピードを活かし、速攻、サイド・ステップシュートと GK の好キープを連発した筑波大が、国士舘安倍のロングシュート、玉川のポストシュートを決める国士舘に対し、7 対 5 で 2 点リードした。しかし、その後内藤や宮崎の回り込んだロングシュートなどで、前半を 12 対 11 と国士舘 1 点リードで終了する。

後半、立ち上がり 2 分 48 秒までに国士舘は内藤、安倍のロングシュートなどで一気に 3 連取し、勢いに乗った。筑波大も徳田（新）、徳田（廉）の兄弟シュートで応戦するも、国士舘のディフェンスを崩しきれず、15 分過ぎから国士舘 4 点リードを保ったままの攻防となった。最終的には 29 対 23 で国士舘が優勝した。

女子

準決勝

大阪体育大学　30(18−6, 12−9)15　東京女子体育大学

開始 5 分までは両チームポストシュート、速攻で 2 対 2 と同点だったが、ここから東女体は大体大のディフェンスを崩せず、横流れのプレーが多く、ボールを取られ速攻につなげられ 7 対 3 となる。大体大の中山の回り込みのロング、キーパーの好セーブが出て、プレーの多彩さで 20 分過ぎには 11 対 4 となる。その後も東女体は大体大のディフェンスを攻めきれず 25 分には 14 対 4 で、この時点で守りの安定度で、この試合を決定づけた感があり、18 対 6 で前半終了。

後半も東女体は流れを変えられる攻撃が出来ないまま大体大が 30 対 15 のダブルスコアで勝利した。大体大の中山の回り込みのロングシュート、速攻、キーパーの好セーブが印象に残った。

準決勝

大阪教育大学　19(9−12, 10−5)17　筑波大学

大教大のスローオフでスタート。いきなり大教大妹尾のシュートが決まったあと、序盤は筑波大が速攻、カットイン、サイドシュート、7mT などで 5 点を連取した。大教大は 15 分過ぎから 7 人攻撃で対抗し、互角のゲーム展開となる。双方の GK の攻守もあり、ひきしまった前半は 9 対 12 の筑波大リードで終了。

後半は立ち上がり大教大村松のシュートが決まり、攻撃リズムを作るため、前半 7 得点の筑波大青に対して大教大はマンツーマンで対抗し、徐々にリズムが出て終了 7 分前に同点とし、その後も連続で加点し大逆転に成功して、19 対 17 で大教大が勝利した。

決勝

大阪体育大学　23(13−9, 10−9)18　大阪教育大学

序盤お互いに堅いディフェンスで一進一退の攻防が続く。大体大服部の速攻で 3 点をリードしたところで、大教大がタイムアウトを取る。その後、大体大の 3 連続得点の後、大教大が 7 人攻撃を仕掛けるも、決め手に欠く。大教大は村松を中心とした攻撃で食らいついていき、前半は 13 対 9 で大体大リードで終了。

後半出だし大体大は中山のロングシュートが 2 本連続で炸裂、その後大体大はゲームを優勢に進める。大教大はゲーム中盤で杜氏の連続速攻で意地を見せるも、大体大の盤石な戦い方で 23 対 18 として優勝。両チームともスピード感あふれるプレーが見られ、学生界最高峰の戦いに相応しい決勝戦であった。

すべて 写真提供：スポーツイベント社

確かな“技術力”。
これまでも、これからも。

100

株式会社ミカサは、2017年5月1日
おかげさまで創業100周年を迎えました。

http://www.mikasasports.co.jp

これまで支えてくださったすべての皆様に心より感謝申し上げます。

第15回記念日本車椅子ハンドボール競技大会

一般社団法人日本車椅子ハンドボール連盟代表理事　木野　実

すわろーず(大阪)が初優勝
宮城フェニックス10連覇ならず

　文部科学大臣杯第15回記念車椅子ハンドボール競技大会が2017年11月11日〜12日まで京都府京田辺市・田辺中央体育館にて11チームが参加して行われたが、決勝で「すわろーず」が宮城フェニックスとの接戦を制し初優勝を遂げた。

　宮城フェニックスは10連覇をかけ激しい闘志で対抗したが一歩及ばなかった。大会全般を通じてレベルアップが見られ、スピード感やテクニックも練習の成果が見られた。特にベスト4のチームは戦術的にもよく練られ随所にいいプレーがでていた。そして激しさとスピードのある中盤やゴールエリア前での攻防は迫力があり観客を魅了した。

車椅子ハンドボールの主なルール

競技時間　15分―(5分休憩)―15分
　　　　　延長5分―(2分休憩)―5分
コートの広さ　35m × 20m
ゴールエリアライン　6m
フリースローライン　9m
ゴールポスト　高さ 1.65m　横 2.2m
ボール直径　16〜18cm ソフトタイプのボール

　最後になりましたが、この度の開催にあたり格別なるご支援ご尽力賜りました、スポーツ庁、日本障がい者スポーツ協会、日本ハンドボール協会、京都府ハンドボール協会、京田辺市はじめご協賛いただきました企業、団体、個人、大会運営を支えていただきました多くのボランテイア関係各位の皆様に心から敬意と感謝を申し上げます。ありがとうございました。

決勝戦

すわろーず　18(10−6)15　宮城フェニックス

　前半立ち上がりから「すわろーず」が得点を重ね有利に試合を運ぶ。一方思いがけない展開で早く追いつきたい宮城Fは焦りからミスが目立ち、10対6と4点差で折り返す。後半宮城Fは前半のビハインドを立ち上がりすぐに得点を連取し同点に追いつき、攻防がさらに激しくなり一進一退のゲームとなる。しかし、「すわろーず」エース刈谷がこのゲーム8点を挙げる大活躍、また大久保、山本らも確実に得点し勝利に貢献した。宮城Fも豊富な経験と多彩な戦術で対抗したが的確にシュートを決めた「すわろーず」が18対15で初優勝を遂げた。最後まで両チーム選手の奮闘で大変見ごたえのあるゲームであった。

優　勝　すわろーず
準優勝　宮城フェニックス
３　位　藍野大学 TOPS-Liberte

新刊
ハンドボールスキルアップシリーズ
目からウロコのDF戦術
スポーツイベント・ハンドボール編集部 編著
B5判　144ページ　1,800円+税　発行元 グローバル教育出版

ハンドボールに欠かすことのできないDF。そのDFについて、1対1の守り方から始まり、チームとしての守り方まで、日本を代表する指導者が解説しています。また、DFシステムについても詳細に紹介。「DF」ならこの1冊にお任せください。

既刊
目からウロコの個人技術
1,800円+税

株式会社スポーツイベント 〒101-0047 東京都千代田区内神田2-4-2 TEL:03-3253-5941 FAX:03-3253-5948

2017第2回ナショナルトレーニングアカデミー(NTA)育成合宿訪問から

2017年12月1日、合宿が行われているANTC(味の素ナショナルトレーニングセンター)を訪れた。全国各地から選ばれた、中学・高校男女60名を越す選手が3泊4日の間、ぎっしりと詰まった予定表に従って行動していた。アカデミー委員長の尾石智洋さんは、今回、NTSセンタートレーニング、U-16選出メンバー、春中・全中など各種大会で選抜された選手を対象に、高度な個人技能や能力の育成を図ることや、早期に選手育成を行い、将来優秀な選手を育成し、日本代表として強化に繋げる一貫指導を目指すとされた。今回合宿に参加選手の中から、男女各3名にインタビューする事ができた。

藤坂尚輝さん

福井市立明倫中学3年

ハンドボールは小学1年から

今回の合宿参加では、前回合宿で出来なかった「全体を盛り上げる」役割を努めていきたいと思います。自分の特徴は、特に攻撃面での1対1の場面でフェイントを活かして積極的に仕掛けることです。**目標とする選手は、北陸電力の川島悠太郎さん**で、北陸電力の試合を見て会場を沸かすプレイに憧れました。今年一番嬉しかった事はU-16に選ばれたときです。今後日本が世界に通じるためには、日本選手の体格の小ささを活かしつつ、走力と体力を身に付け、相手がいやがるディフェンスを心がける事が大切だと思います。

角　陸輝さん

祐誠高校1年

ハンドボールは高校から(194cmGK)

高校からハンドボールを始めています。それまでは、サッカーのGKをしておりましたが、縁あって始める事になりました。今回の合宿メンバーに選ばれたときは、上手い選手とプレイできるので嬉しかったです。これからは、自分の高さを活かしたキーピングをしていきたいと思います。**目標とする選手は、カタールのナショナルチームのGK**です。夢は、2020年東京オリンピックに選手として出場する事です。頑張ります。

伊禮雅太さん

興南高校1年

ハンドボールは小学1年生から

今回の合宿に選ばれたと聞いたとき、高いレバルでのハンドボールが出来ることに感謝して、しっかりやろうと思いました。自分の最大のアピールポイントは、ステップシュートです。**目標とする選手は、高校の先輩でもある大同特殊鋼の東江雄斗さん**です。その多彩なシュートや視野の広さには圧倒されます。私も今年一番嬉しかった事はU-16メンバーに選ばれたと聞いた時です。今後の自分は、誰からも凄い選手だと言われるようなプレイヤーになることです。

伊藤結衣さん
東久留米市立西中学３年

ハンドボールは小学１年生から

今回の合宿メンバーに選ばれた時、何で自分が選ばれたのかなと思いましたが、きっと、バックプレイヤーとポストが両方出来るからかなと勝手に想像しています。**目標としている選手は、現在プレステージ・インターナショナルアランマーレでプレイされている横嶋かおるさん**です。どんなボールに対してもバックプレイヤーとの連携ができることが素晴らしいです。今年一番嬉しかったのは、全国中学大会準々決勝で沖縄の仲西中学に勝ったことが印象的でした。私は小学校１年からハンドを始めましたが、後輩の小学生には、「挑戦すること、楽しくハンドをすること」を伝えたいです。

上嶋亜樹さん
小松市立高校１年

ハンドボールは小学５年生から

今回の合宿に参加することを聞かされたときには、自分が出来ることを精一杯やろうと思いました。自分の特徴は 174cm と高い身長を活かしたキーピングです。これを機会にもっともっと上手くなりたいです。**目標とする GK は、中京大学の木戸海里さん**です。高校の先輩でもあり、中学の時代から沢山の指導を受け成長してきました。これからはチームの中でも信頼される最後に守る選手になりたいです。私は小学校の５年からハンドボールを始めましたが、小学生の皆さんにも上手くなりたければ努力を惜しまないで欲しいです。

石川　空さん
大分市立原川中学３年

ハンドボールは小学３年生から

先生から今回の合宿参加の話を聞いたときには、自分の力を出し切れるように頑張ろうと思いました。自分の得意とするプレイは、ディフェンスの隙を突いてシュートを狙うことです。**目標とする選手は、海外でもプレーされていた石立真悠子さん、韓国の左利きのナショナルプレイヤー**で自分もそのような選手になれればと思います。今年一番の出来事は、自らもセンタープレイヤーとして出場の全国中学校大会で優勝できたことです。日本代表チームの活躍や勝利は、私の頑張りの源になりますので、頑張って欲しいです。

最後に、関連スタッフの尽力と、協会としての選手の指導・育成の地道な活動の積み重ねが、次の代表選手を作り上げるのだと痛感しました。今後の NTA ジュニアアカデミー、NTS ナショナル・トレーニング・システムの発展を見守りたいと思います。

（機関誌編集委員：近久紀人）

多彩なフィールドで、フロンティアを目指しています。
DAIDO STEEL GROUP
Beyond the Special
大同特殊鋼の素材は、暮らしや産業を支える多彩な製品や部品に使われています。
私たちはこれからも、素材の力で新たな価値創造に貢献していきます。
外からは見えませんが、骨のある会社です。
大同特殊鋼

第25回全日本マスターズ大会(交流型シニアの部)
平成29年度第1回全日本マスターズハンドボールシニア大会in小原

開催期間
2017年11月17日〜11月19日
開 催 地
愛知県・豊田市
主　　催
公益財団法人日本ハンドボール協会
主　　管
公益財団法人日本ハンドボール協会マスターズ専門委員会、愛知県ハンドボール協会、豊田市ハンドボール協会
会　　場
緑の公園トレーニング場

平成29年度第1回全日本マスターズハンドボールシニア大会 in 小原を終えて

文責：**小山哲央**（大会実行委員長）　競技結果報告書：**水野加代**（MMCM ボランティア参加）

1．大会開催に当って：名称など

全日本マスターズハンドボールシニア大会は平成 25 年度第 21 回全日本マスターズ花巻大会から OVER60 大会という名称で開催されてきました。この大会をシニア大会という名称に変更し、交流型の部から分離・独立させて豊田市小原地区（旧小原村）の小原緑の公園トレーニングセンターで第 1 回大会として開催しました。

2．シニア大会の方向性（独自性・独創性）

1）参加資格

高齢者の大会とし、参加資格を男性 60 歳以上、女性 50 歳以上と決めた。

2）大会の形態

これまで過去 4 回の大会の既成概念にとらわれず、紋切型の大会から脱皮し、大会参加者の意見を尊重し、参加者全員が大会を成長させていき、大会を維持継続するための方向性や独創性を確立する。そのためにチームという単位に固執しない個人やグループが参加し易い大会を目指す。勿論チームの参加は大賛成であるが、チームを解体し、個々がチームを組み、シニア大会参加者ならではの協応性を発揮してゲームを楽しむことも独創性の一つと考えている。

3）試合について

（株）モルテンのご協力を得まして、試合球に関しても、成年男女の公認球の他に小学生用の軟らかボール 2 種を提供して頂き、チーム同士の話し合いで使用球を決定する。

4）コートのサイズについて

2 面のコートを作ることを条件にコートの大きさにはこだわらない。どのような体育館でもハンドボールを楽しむこと、これもシニア大会の良いところだと考える。

5）ファミリーチームの参加について

シニア大会の参加資格に鑑み、競技の一つとしてファミリーの参加も考える。

3．競技内容

1）11 月 18 日（土）

①午前

午前 10 時〜午前 11 時 30 分：8 チームにグループ及び個人が加入しチーム対抗戦を行った。

②午後

午後 1 時〜午後 2 時 20 分：4 種類の血液型でチームを分解し、個々でチームを組みトーナメント方式で行なった。

午後 2 時 30 分〜午後 3 時：午前の 8 チームを 2 チームずつ合流して 4 チームとし、チームや混成チームなどいろいろな形でゲームを行なった

2）11 月 19 日（日）

①午前

午前 10 時〜午前 11 時 30 分：8 チームのチーム対抗戦の後 Team Koyama と Team 柔道が加わり前代未聞の大会のフィナーレを飾った。

最後になりましたが、参加選手の一人一人の体調管理は勿論のことですが、4 名の柔道整復師のテーピングサービスのおかげで大きな傷害も発生せず、笑顔で楽しい大会にすることができました。今後も試行錯誤を重ねながら大会を継続させて行きたいと考えております。来年も小原でお会いしましょう。(予定です)

国際ハンドボール連盟公式試合球

IHF OFFICIAL GAME BALL

［3号球］品番 **H3X5001-BW ¥8,400（本体価格）＋消費税**
［2号球］品番 **H2X5001-BW ¥8,200（本体価格）＋消費税**
国際公認球 検定球 人工皮革 縫い ブルー×ホワイト ラテックスチューブ

www.molten.co.jp

連載「運動部活動の教育学」への誘い

第3回

「部活動はブラックな労働だ！」と考える、あなたへ

神谷　拓　宮城教育大学准教授

1．はじめに

今月は、「部活動はブラックな労働だ！」と考える人たちに寄り添いながら、お話ししましょう。そもそも「ブラック部活」とは、どのような特徴があるのでしょうか。私はブラックバイト・企業との関連性をふまえて、①家庭生活や学校の本務労働とバランスが取れていない、②一方的なルールや理不尽な要求に従う・従わざるを得ない（一方的に顧問を命じられているなど）、③教師として関わる意味や範囲が不明確といった観点から、特徴を整理したことがあります[1)]。皆さんの周りには、そのような部活動がありませんか？

2014年にOECD「国際教員指導環境調査」の結果が公表されましたが[2)]、日本は「参加国の中で1週間の勤務時間は最長」「課外の指導時間が特に長い」といった傾向が示されました。その結果をふまえると、部活動と生活のバランスを取ることに、多くの教師が苦慮している実態がうかがえます。また、そのような実態に、先の②や③の要因が加わると、さらに過酷な労働環境になります。それ故に「ブラック部活」と言われるのです。

このような「ブラック部活」は、職場のしきたりや慣習として生じているのでしょうか。そうであれば、職場の合意やルールで変えていくことで解決できることになりますが、これまでの部活動の歴史をふまえると、そのような考え方には限界があります。すなわち、部活動は慣習やしきたりのレベルを超えた、教育制度によって規定されており、やりたくない先生からすれば、諸々の教育制度によって、「真綿」で首を絞めるように、少しずつやらざるを得ない状況に追い込まれているのです。以下では、そのことを確認しておきましょう。

2．部活動を取り巻く「真綿」

まず、最初に確認しておかなければならない事柄に「超勤４項目」があります。過去に日教組と文部省で超過勤務を命ずることのできる範囲について、①生徒の実習に関する業務、②学校行事に関する業務、③教職員会議に関する業務、④非常災害などやむを得ない場合に必要な業務の４項目で合意した経緯があり、それが今日にも継承されているのです。

しかし、それにも関わらず、部活動は学校教育の一環として、勤務時間外に及んで教師が指導してきました。その背景には、「超勤４項目」と対立するような教育制度が設けられてきた歴史があります。例えば、これまでの連載の中でもふれましたが、進学の際に必要となる内申書・調査書では、部活動の競技成績や生活態度を、学校の教育活動として評価することを認めてきました。部活動の大会も、通達や通知によって、学校教育の一環として実施されてきました。教師になる入り口・採用試験でも、部活動の経験や競技成績を評価する仕組みをつくってきました。さらに、多くの自治体で週末の部活動の指導や、対外試合の引率をした教師に対して、手当が支給されています。

これら一つ一つの教育制度は、教師に部活動の指導を強制するほどの影響力はありません。例えば、教育制度の中には、全国に一律の教育内容を求める学習指導要領がありますが、それから見れば部活動

に関わる教育制度の影響力は弱く、まさに「真綿」にすぎないでしょう。しかし一方で、全てが「部活動は学校の教育活動である」「教師が関わるものである」という共通の方針をもっています。「真綿」でも共通の方針をもっていれば、それは糸となり、絡み合って強い影響力をもつようになります。ましては、その「真綿」は、教育現場でつくられたルール・慣習法ではなく、国や県で製造されて教育現場に降りてきます。そのため、各学校単位で、内申書・調査書における部活動の評価をやめたり、大会への出場を取りやめたり、あるいは部活動のする、しないを決めたりするのは容易ではないのです。

例えば職員会議で、「部活動の数を絞りましょう」「大会に出ないようにしましょう」「評価を辞めましょう」という議論を行い、その合意・決定がどれだけ尊重されるでしょうか。もし、そのような合意・決定が得られたとしても、現行の学校教育法施行規則では、それを吹き飛ばすだけのリーダーシップを学校長に与えています。この規則も、直接的に部活動について示した制度ではありませんが、部活動を実施せざるを得なくしている「真綿」の一つなのです。

そもそも、学習指導要領は「教育課程」の基準ですから、そこに課外の部活動について詳しく書くわけにはいきません。ですから、現行の学習指導要領でも「部活動」という章はなく、冒頭の「総則」で書かれているにすぎません。そこで、これまで見てきたような、学習指導要領とは別の教育制度の仕組みがつくられ、やりたくない先生からすれば、「真綿」で「やらざるを得ない」状況にされてきたのです。そのため、本気で「ブラック部活」を乗り越えていくのであれば、部活動を教育現場の慣習やしきたりのレベルで捉えるのではなく、より広い教育制度に規定されているという前提に立って、一つ一つの「真綿」を、丁寧にとり除いていく必要があるのです。

3.「真綿」を取り除くには？

では、どのようにして「真綿」を取り除き、「ブラック部活」を改善していけば良いのでしょうか。最近の提案を見ると、タイムカードを活用して時間を管理するなど、教師の労働環境に焦点化した対策が見受けられます。しかし、1970 年代にも、同様の観点から議論が進められ、「超勤 4 項目」が設定されたものの、今日まで問題が解決してきませんでした。ましては、これまで見てきたように、様々な「真綿」が絡み合っており、過去よりも状況は複雑化しています。そのため、今日においては、教師の労働時間に限定した、1970 年代の議論を乗り越えていく必要があるでしょう。

私の考えを示せば、教育内容の議論が必要です。この連載で繰り返し述べてきたように、「生徒が自分たちで強くなっていくのが部活動である」と考え、教師の専門性の範囲内で指導できる（関われる）、運動部活動の内容（自治の内容）を学校全体で確認するのです [3)]。部活動をやりたくない先生からすると、このような教育内容の議論は「後ろ向き」に感じるかもしれません。しかし、私が言いたいのは、労働時間の観点だけでなく、教育内容の観点からも、無制限の労働が生じないように「縛り」をかけるということです。言い方を変えれば、なぜ学校・教師が関わるのかを不明確にしたまま詰め込まれてきた「真綿」を、まずは、教育内容の観点から解きほぐすのです。そして、学校・教師として不必要なものは取り除き、必要なものを残して、学校教育の現場で無理なく部活動を実施できる条件を整えながら、教育制度の再設計につなげていく必要があるでしょう [4)]。

このようにして、過去にも存在した「ブラック部活」に関わる議論をふりかえり、当時における議論の限界や課題をふまえて、こらからのあり方や語り方を考えるのが「運動部活動の教育学」です。部活動をやりたくない方も「運動部活動の教育学」の扉を開き、新たな一歩を踏み出してみませんか？

【注】

1）拙稿「ブラック部活の処方箋」（『高校教育』2016 年 9 月号、30-33 頁）。
2）以下の、文部科学省ホームページからも閲覧できます。http://www.mext.go.jp/component/b_menu/other/__icsFiles/afieldfile/2014/06/30/1349189_1.pdf（最終アクセス、2017 年 12 月 2 日）
3）具体的な自治内容については、拙著『運動部活動の教育学入門』（大修館、233 頁）を参照。
4）実際に、教育内容を明確にすることで、部活動の担当から外れたり、学校で実施する種目の数を減らしたりする展望も開かれます。詳細は『生徒が自分たちで強くなる部活動指導』（明治図書、107-113 頁）を参照。

自分の「食事の」、「食べ方の」特徴を知って、最適な食べ方を見つけよう！

筑波大学体育系准教授　麻見 直美（管理栄養士）

運動栄養学の専門家、筑波大学体育系運動栄養学（管理栄養士）の麻見直美先生による、シリーズ「食育を考える：ジュニア期の食事の在り方」の第三回目となる。

体重を計って、記録生活を初めてどのくらい経ったでしょうか？　長いと約２ヶ月の記録があるでしょうか？　「もっと以前から体重測定はやっていたよ」という人もいると思います。順調に体重は増えていますか？　勿論、日々の変動は小さな増減を繰り返していると思います。その小さな増減を繰り返しながら、全体としては増えてきていますか？　学年によっては体重は維持が望ましい人もいるでしょう。小さな増減の中でコントロール出来ていますか？　一喜一憂しすぎずに、冷静に自分の体重の変化を見返してください。そして、体重の変動を見直すときに、この期間のハンドボールの活動がどの様に行われていたかも一緒に振り返りましょう。練習がきつかった時期の体重の変動はどうなっていますか？　維持できていますか？　減っていませんか？　きつかったトレーニング期間の後に体重が増えていましたか？　まだ沢山の体重の記録がない場合はわかりづらいかもしれませんが、せっかく食事量を決めるために計ってメモしている体重ですから、しっかりハンドボールの活動に活かしましょう！　あなたのハンドボールの活動に見合った食事が出来るようになってきていますか？しばらくの期間、体重を計りながら食事量をコントロールすること、続けてください。

ところで、食事の量をコントロールできることは重要なことですが、食事は『量』も『質』も適切である必要があります。『パーフェクト栄養型の食事』を意識できていますか？　実践していますか？久しぶりに確認してみましょう（シリーズ第一回の「食べたもの」記載用紙を活用して、食べたもの分類やってみましょう）。朝、昼、夜の食事をいつも「主食」「主菜」「副菜」「牛乳・乳製品」「果物」が揃うように意識していますか？　食べる量や品数、回数が減ってしまったときは、近いタイミングで摂る食事でリカバリーさせていますか？　『パーフェクト栄養型の食事』をしっかり意識できるようになったら、その食事パターンを一日の中で帳尻が合わせられるように、少し融通を利かせられるように Step Up しましょう。毎回の（各回の）食事で『パーフェクト栄養型の食事』を目指すことは大切ですが、食事は様々変化します。イベントがあって特別なものを食べたりたり（クリスマスやお正月は食事が変化することが多い代表的な例、）、外で食べるときには手に入らないものがあったり、準備しようとしたものの買えなかったり、作れなかったり…。そんな時に、食べるものがない…。どうやって選んで食べたらいいかわからない…。とならずに、臨機応変に、イベント食を楽しんだり、代用品で補って、次の食事の回で挽回したり、そんな工夫が出来るようになりたいですね。量が全体的に不足する場合は、補食として食事回数を増やすことを第一回で説明しました。この補食を活用して、『パーフェクト栄養型の食事』が摂れなかった時の補いを考えることも大切です。補食は、まず摂取するエネルギー量が不足しないように、補うことを目的としますが、牛乳・乳製品が充分に摂れていない時には、補食として牛乳・乳製品も選びます。牛乳を飲んだり、ヨーグルトを食べたり（ジャムを入れたりして甘くすればエネルギーも補給できます）、チーズサンドを食べたり、です。帳尻合わせは、補食でのみするのではなく、昼、夜の食事も活用できます。朝ご飯で食べ切れなかった副

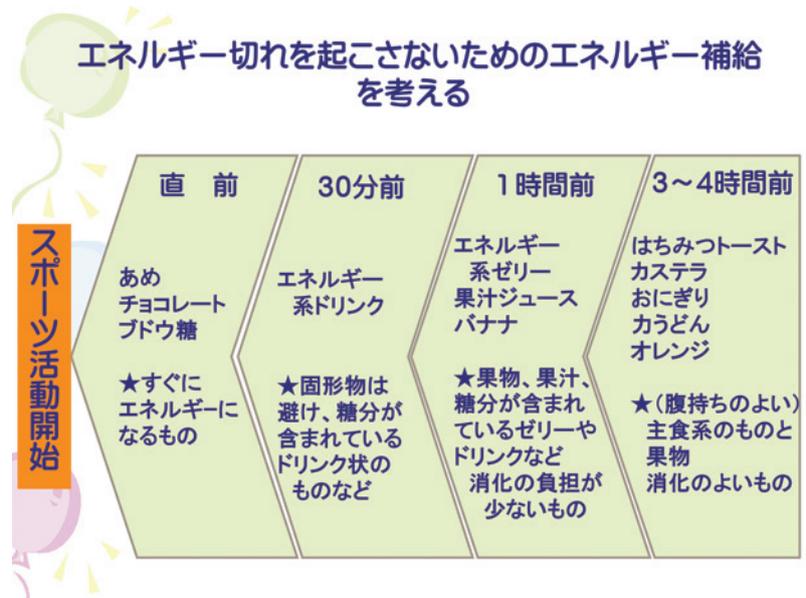
図１

菜を昼ご飯や、夕ご飯に追加します！　逆に何か多く食べすぎたものがあれば、次の食事で控えめにします。さぁ、Step Up した『パーフェクト栄養型の食事』の実践に挑戦しましょう。一日の中での調整くらいが簡単でよいですが、もっと上手く出来るようになったら、一週間での帳尻合わせなどにも Step Up してください。『パーフェクト栄養型の食事 Step Up 版』が実践できるようになると、試合前のコンディショニングのための食事、試合日の食事、試合後のリカバリーのための食事など、ハンドボールの活動により寄り添った食事を上手に実践できるようになります。図に、１週間で帳尻合わせに活用できる１週間の食事チェック票を示します。参考にしてください。

体重を管理しながら食事量を決めたり、『パーフェクト栄養型の食事』を実践したり、“スポーツ活動を頑張っているからこう食べるんだ！”という特別感があまりない食事法のようですが、これこそがスポーツ活動を頑張る人の基本です。『パーフェクト栄養型の食事』は、スポーツ活動を積極的に行っていない人も応用可能ですが、スポーツ活動を頑張っている人のための食べ方の基本を実践できるようにまとめたものです。あなたが、実践してみましょう。オリンピック委員会によるスポーツ栄養に関する声明では、『普通に入手できる多くの種類の食べ物から適切なエネルギーを補給していれば、トレーニングや競技に必要な炭水化物、たんぱく質、脂肪、そして微量栄養素（ビタミン、ミネラル）の必要量を取ることができる』と言っています。“普通”でいいのです。そして、この声明を具現化する方法が、体重管理による食事量決定の実践と『パーフェクト栄養型の食事』の実践なのです。

第３回目は、“ここぞ！という力発揮のための食べ方の工夫”についてもお話します。“ここぞ！という力発揮”をしたいシーンは様々ありますね。ハンドボールの活動では、「試合」が一つの“ここぞ！”ですね。“ここぞ！という力発揮”したい時に優先して考える食事のあり方の考え方と、トレーニングを頑張っている普段の食事のあり方の考え方は違います。普段の食事については１回、２回、と３回目冒頭でしっかり身についたことと思います。もう一つの食事のあり方“ここぞ！”の直前の食事の考え方の基本は、［危機管理］です。“ここぞ！”で失敗しないための「リスク回避の食」です。

図 2

“ここぞ！”で失敗しないための「リスク回避の食」とは、どんな食事の考え方でしょうか？　それは、まず、スポーツ活動においてエネルギー切れを起こさない（ガス欠を起こさない）ことです。エネルギー切れを起こさないようにするために、スポーツ活動が始まるまでの時間で、スポーツ活動で消費するエネルギーをからだに準備しておく必要があります。スポーツ活動を始めるまでのどのタイミングで飲食できるかで、そのときに摂るものと量を考えます。図に記載のもの全てを順を追って摂るわけではありません。3～4時間前にしっかり食べたり飲んだりできる時は、エネルギー源になる炭水化物（糖分）を中心とした消化のよい主食系を中心に食事としてしっかり食べます。3～4時間前に食事をする時間が確保出来ないときは、1時間前くらいまでならエネルギー系ゼリーやバナナなど消化の負担が少ないもので補給します。3～4時間前にしっかり食べられているときには、この1時間位前の補給は不要です。いつ飲食できるかのタイミングと、補充状況がどの程度かで、消化吸収の負担や早さを考慮して、食品を選んで摂取します。時間にゆとりがあっても、こまめに少しづつ補給する方が上手な補給になる人、一度しっかり補給すればちょこちょこと間に補給する必要がない人、人によって様々です。あなたにとって、エネルギー補給法として最適な方法を見つけましょう。（“ここぞ！”で、初めて try しないように。“ここぞ！”を想定した練習などでまずやってみましょう）このエネルギー補給法は様々応用できます。長時間の運動の最中に、エネルギー補給をするならば、どんなもので補給する方が望ましいのか、こんな場合のヒントになります。考えてみましょう。（スポーツ活動中のエネルギー補給も、必要だと考える人、不要な人、様々です。活動時間の長さにも依存します。これらも try ＆ error、あなたに最適な方法を見つけましょう）

［危機管理］の“ここぞ！”で失敗しないための「リスク回避の食」としては、スポーツ活動においてエネルギー切れを起こさない（ガス欠を起こさない）食を実践することの他に注意することとしては、普段食べている食品から選んで食べることです。“ここぞ！”だからと、カラダによいと言われている食品を初めて食べたり飲んだりするのは止めましょう。初めての食品に対してカラダがどんな反応をするかわからないからです。“ここぞ！”の前は緊張していることも多いので、いつも大丈夫なことでも、消化機能が低下していたりして、失敗につながることがあります。だから、食べ慣れたものから選んで食べましょう。油脂ものは一般的に消化に時間がかかるので、“ここぞ！”の前日の夕食くらいからは避けた方が無難でしょう。食物繊維が多いものも控えめにした方が良さそうです。さらには、念のために、食中毒（食中毒とまではいかないけれど、おなかの調子が崩れたり）を回避するために生ものを食べることも避けた方が良さそうです。［危機管理］の“ここぞ！”で失敗しないための「リスク回避の食」を実践すると、その日の食事では『パーフェクト栄養型の食事』は崩れます。でも大丈夫。『パーフェクト栄養型の食事 Step Up 版』で、帳尻合わせをすればよいのです。いろいろ試してみてください。あなたの食べ方を見つけましょう。

平成29年度 各級公認審判員の目標　（公財）日本ハンドボール協会審判委員会

審判員に対し JHA ／連盟／ブロック／都道府県協会審判委員会が、共通の目標を持ち、一貫した指導をすることが必要である。

国内の審判員の多くは都道府県レベルのＤ級審判員である。また各ブロック、全日本大会等で積極的に審判活動に関わっている者の多くはＡ級およびＢ級審判員である。そのため、**指導の方向としては審判員として、まず「Ａ級（全日本大会）審判員」および「Ｂ級審判員」のそれぞれの目標を示す。Ｂ級・Ｃ級・Ｄ級審判員がその次の目標を達成することができるように指導助言にあたる**ことが重要になる。

審判技術の向上には以下の４つの要素が不可欠となる。

１）競技規則の知識
２）審判員としての技術
３）アスリートとして必要な体力
４）ハンドボールに携わるものとしての人間性

この４つの要素を各級審判員の目標の中に反映させ、指導助言にあたる。

１　Ａ級（全日本大会）審判員の目標

Ａ級審判員の目標を「適切な位置取りと任務分担（対角線式審判法）によって、事実を正しく見極め、的確な判定で、試合を円滑に進めることを追究する」とする。その目標を達成するために

①「レフェリー評価における着眼点」についてその項目の意味を熟知し、
　○ハンドボール競技の特徴をおよび競技規則の解釈と適用を理解した上で、行うべきこと、観察すべきことを適切に実践する。
　○試合の流れやプレーの展開の予期・予測による実践と、審判員としての任務の遂行に努める。
②瞬発力、スピード・反応性の強化を図り、持久力と的確な判断力の向上に努める。

２　Ｂ級審判員の目標

Ｂ級審判員の目標を「競技規則を理解し、正しく運用することによって、試合を円滑に進めることを追究する」とする。

その目標を達成するために、

①競技規則試験において 80％の正答率
②Ｂ級審判員の目標に記載されている各項目を熟知し、
　○ハンドボール競技、競技規則、審判員の役割など基本的な知識を理解する。
　○競技規則に従って試合を運営することと、試合を運営するための基本となるの技術の習得と実践。
③フィジカルに対する基本姿勢を身につける。持久力をつける。
　○国内Ａ級審査における体力テスト（シャトルランテスト）の基準値をクリアする。
④大会運営に関わる知識を身につけ、審判長（大会、各都道府県等）、競技委員長の役割や任務を理解し協力する。

３　各都道府県、ブロックにおける指導について

Ｃ級およびＤ級審判員への指導指針

上記のＡ級･Ｂ級の審判員の目標に対する取り組みを踏まえ、Ｃ級およびＤ級審判員には特に、

①競技規則に従って試合を進めるための「競技規則の理解」を深めさせる。
　○競技規則問題集を用いての座学、ビデオテスト、各種プレゼンを用いたアイトレーニングを各都道府県・ブロックにおいて積極的に実践する。
　例）競技規則問題集から基本的な問題を抜粋する。
　　　映像資料も分かりやすいものを抜粋する。
②競技規則に従って試合を進めるための笛の吹き方やのゼスチャーの示し方、基本走法の定着を図る。
③試合の中で起きる事象を見極めるために必要とされる動きの量とスピードを養う。
④試合中は失敗を恐れず、競技規則に基づいて自分が判断したように、自信をもって判定できるように助言する。
　例）７ｍスローが必要かどうか悩むなら判定する。
　　　罰則が必要なら判定する。（警告か即座に２分間の退場なのかの判断に悩んでも、どちらかは判定できるようにする。）
　　※起きた事象に反応、判定する。（Ｃ級に向かって精度を高めていく。）
⑤基本的な事項を教える。
　例）笛が必要な場面、ＣＲとＧＲのポジションと役割分担の基本
⑥試合の中で起きる事象を見極めるために必要とされる動きの量とスピードを養うようにする。
⑦ハンドボールに関わる人々からの情報を得て、「ハンドボール競技」に関する理解を深めるようにする。
⑧公認審判員としての心構えを教える。
　例）服装、試合の準備の仕方など

４　審判指導の基本として

「審判員の倫理綱領」を熟知させ、

○ハンドボールに関わることだけでなく、一般社会における「社会道徳」や「社会規範」について知り、実践する態度を養えるようにする。またハンドボール（審判活動）を通して見聞を広げ、広い視野をもって全日本大会・国際試合で活躍できる人材となれるよう育成する。
○審判員としての活動によって、「審判技術の向上」を図るだけでなく、「人間性の向上」が図れるようにする。またハンドボールファミリーの一員として「仲間を尊重」し、互いを認め合うために必要なコミュニケーション力が向上するよう育成する。
○「教わるという姿勢」を持つことは当然であるが、「自分からチャレンジして発見し学ぶという姿勢」を持って、審判活動だけでなく、「ハンドボール」に関わっていけるようにする。また「仲間と競い合う」ことによって、他者の良い面を発見し、認めあいながら成長できるよう育成する。

スコアールーム

高松宮記念杯男子第60回・女子第53回全日本学生ハンドボール選手権大会

開催期日：2017年11月3日（金）～7日（火）
会　　場：石川県金沢市・いしかわ総合スポーツセンター

【男子】

▼1回戦

国士舘大（関東）	38	（20－9、18－9）	18	名桜大（九州）
早稲田大（関東）	31	（15－6、16－16）	22	関西学院大（関西）
法政大（関東）	32	（17－16、15－13）	29	名城大（東海）
中部大（東海）	29	（10－16、19－10）	26	東海大（関東）
関西大（関西）	24	（16－10、8－13）	23	中央大（関東）
明治大（関東）	27	（10－11、17－14）	25	大阪経済大（関西）
環太平洋大（中四国）	39	（17－13、22－12）	25	金沢工業大（北信越）
大同大（東海）	32	（15－9、17－13）	22	富士大（東北）
日本大（関東）	38	（22－7、16－10）	17	近畿大（関西）
日本体育大（関東）	35	（19－9、16－12）	21	愛知大（東海）
立教大（関東）	36	（19－13、17－18）	31	天理大（関西）
大阪体育大（関西）	34	（18－10、16－10）	20	金沢大（北信越）
筑波大（関東）	30	（14－4、16－15）	19	中京大（東海）
順天堂大（関東）	41	（20－13、21－12）	25	広島経済大（中四国）
同志社大（関西）	35	（15－8、20－12）	20	函館大（北海道）
福岡大（九州）	44	（22－7、22－13）	20	桐蔭横浜大（関東）

▼2回戦

国士舘大	33	（16－12、17－14）	26	早稲田大
法政大	30	（13－16、17－13）	29	中部大
関西大	29	（14－14、15－7）	21	明治大
大同大	31	（16－7、15－11）	18	環太平洋大
日本大	30	（15－16、15－12）	28	日本体育大
大阪体育大	31	（16－13、15－16）	29	立教大
筑波大	32	（15－13、17－12）	25	順天堂大
福岡大	33	（18－9、15－9）	18	同志社大

▼準々決勝

国士舘大	35	（17－7、18－12）	19	法政大
大同大	35	（18－8、17－14）	22	関西大
日本大	36	（19－11、17－17）	28	大阪体育大
筑波大	26	（9－9、10－10）	25	福岡大
		（3－2延長4－4）		

▼準決勝

国士舘大	30	（13－9、17－15）	24	大同大
筑波大	26	（12－10、14－10）	20	日本大

▼決勝

国士舘大	29	（12－11、17－12）	23	筑波大

※国士舘大は、2年連続4回目の優勝

【女子】

▼1回戦

大阪体育大（関西）	50	（21－3、29－2）	5	金沢星稜大（北信越）
中京大（東海）	29	（12－9、17－9）	18	仙台大（東北）
立命館大（関西）	23	（12－10、11－12）	22	日本女子体育大（関東）
早稲田大（関東）	27	（13－5、14－13）	18	関西福祉科学大（関西）
環太平洋大（中四国）	28	（11－1、17－4）	5	秋田大（東北）
日本体育大（関東）	23	（12－9、11－8）	17	同志社大（関西）
大同大（東海）	36	（21－6、15－7）	13	北教大岩見沢（北海道）
東京女子体育大（関東）	24	（15－7、9－16）	23	福岡大（九州）
大阪教育大（関西）	30	（15－8、15－9）	17	桐蔭横浜大（関東）
東北福祉大（東北）	27	（13－10、14－16）	26	環太平洋大短大（中四国）
福岡女子短大（九州）	28	（14－10、14－3）	13	金沢大（北信越）
東海大（関東）	22	（12－7、10－6）	13	関西学院大（関西）
国士舘大（関東）	29	（14－8、15－17）	25	武庫川女子大（関西）
至学館大（東海）	33	（19－8、14－8）	16	札幌国際大（北海道）
富士大（東北）	28	（13－9、15－10）	19	天理大（関西）
筑波大（関東）	36	（18－8、18－7）	15	東海学園大（東海）

▼2回戦

大阪体育大	20	（10－7、10－9）	16	中京大
早稲田大	21	（12－12、9－8）	20	立命館大
環太平洋大	17	（5－9、12－7）	16	日本体育大
東京女子体育大	36	（18－15、18－10）	25	大同大
大阪教育大	33	（19－7、14－10）	17	東北福祉大
東海大	38	（18－5、20－3）	8	福岡女子短大
国士舘大	28	（14－5、14－10）	15	至学館大
筑波大	33	（17－8、16－8）	16	富士大

▼準々決勝

大阪体育大	20	（7－5、13－7）	12	早稲田大
東京女子体育大	30	（13－10、17－8）	18	環太平洋大
大阪教育大	26	（12－13、14－10）	23	東海大
筑波大	33	（18－8、15－9）	17	国士舘大

▼準決勝

大阪体育大	30	（18－6、12－9）	15	東京女子体育大
大阪教育大	19	（9－12、10－5）	17	筑波大

▼決勝

大阪体育大	23	（13－9、10－9）	18	大阪教育大

※大阪体育大は5年連続6回目の優勝

OSAKI

限られた資源だから、有意義に使っていきたい。
命あるものたちが共存する地球だから、
快適な環境を守っていきたい。
計測・制御の専門メーカーとして時代をリードする大崎は、
ユニークな発想と探究心で省エネ、省力化機器など、
つねに技術革新をこころがけています。

大崎電気工業株式会社
本社　〒141-8646　東京都品川区東五反田2-10-2 東五反田スクエア　TEL.(03)3443-7171(代表)